

ISOTÔNICO

Gatorade

Gatorade é uma marca de bebida isotônica, constituída por água, sais minerais e maltodextrina, em concentração similar à dos fluidos naturais do corpo humano.

A bebida é produzida pela Quaker Oats Company, uma divisão da PepsiCo, e é comercializada em vários países. Gatorade foi formulado para ajudar atletas a repor os líquidos e sais minerais perdidos com o suor e fornecer energia para os músculos, energia que se perde durante a prática de atividades físicas. A bebida pode ser ingerida por idosos e crianças, as únicas restrições são para pessoas portadoras de diabetes ou hipertensão, que devem consultar um médico antes do consumo do produto.

A bebida é considerada um repositivo hidroeletrolítico. A composição do Gatorade assemelha-se à do soro fisiológico comum, contendo água, açúcar e sal. Mas a bebida contém também aromatizantes e corantes e uma concentração alta de carboidratos, que facilitam a passagem da bebida pelo estômago, dando uma sensação de leveza estomacal, muito apreciada pelos atletas. Além disso, a bebida possui baixo teor de sódio, não possui conservantes e não contém edulcorantes, seu sabor doce advém dos carboidratos contidos na mesma.